

SĂNĂTATEA DENTARĂ ÎN TIMPUL SARCINII

este importantă!

Știați că infecțiile de la nivelul cavității bucale în timpul sarcinii pot dăuna atât mamei, cât și bebelușului?

- Infecțiile de la nivelul cavității bucale pot provoca o afecțiune numită preeclampsie, care este principala cauză de deces a femeilor însărcinate și limitează fluxul de sânge către bebeluș.
- Infecțiile de la nivelul cavității bucale cresc riscul de naștere prematură a bebelușilor cu greutate mică la naștere, inclusiv:
 - » Probleme respiratorii.
 - » Risc crescut de infecții.
 - » Probleme ale tractului digestiv.
 - » Eșecul bebelușului de a prospera.
 - » Sindromul morții subite a sugarului (SIDS).

Care sunt semnele unei infecții la nivelul cavității bucale?

- Respirație urât mirositoare.
- Gingii roșii, umflate și care sângerează.
- Gingii slăbite care se retrag, arătând o porțiune mai mare a dinților.
- Spații noi între dinți.
- Dureri de dinți sau alte dureri.

Sunați-vă imediat stomatologul dacă prezentați dureri sau umflături ori credeți că aveți o infecție la nivelul cavității bucale, pentru a preveni problemele pentru dvs. și copilul dvs.!



Sfaturi și trucuri

Cum pot avea o bună sănătate orală în timpul sarcinii?

- Mergeți la stomatolog înainte și în timpul sarcinii. Examinările stomatologice sunt sigure! Curățarea dentară ajută la menținerea sănătății dinților și gingiilor.
- Spălați-vă pe dinți de două ori pe zi timp de două minute, utilizând pastă de dinți cu fluor.
- Folosiți ața dentară o dată pe zi. Vă periați și folosiți ața dentară pentru dvs. și bebelușul dvs.!
- După vărsături, clătiți-vă gura cu o linguriță de bicarbonat de sodiu dizolvată într-o cană de apă. Acidul din gură vă poate slăbi smalțul dinților.
- Beți apă cu fluor pentru a ajuta la întărirea dinților și la prevenirea cariilor.
- Vizitați [MyPlate.gov](https://www.MyPlate.gov) pentru sfaturi privind alegerile alimentare sănătoase.
- Mestecați gumă cu xilitol sau fără zahăr.
- Faceți exerciții fizice pentru a vă ajuta să vă simțiți mai confortabil în timpul sarcinii. Discutați întotdeauna cu furnizorul dvs. de asistență medicală pentru a afla dacă exercițiile fizice sunt sigure pentru dvs. și copilul dvs.
- Renunțați la tutun, droguri și alcool. Linia de asistență pentru renunțarea la fumat Missouri Tobacco Quitline oferă îndrumări și sprijin. Apelați 1-800-QUIT-NOW (784-8669) sau vizitați [YouCanQuit.org](https://www.YouCanQuit.org).

Departamentul de sănătate și servicii pentru
persoanele în vârstă din Missouri
Oficiul pentru sănătate dentară
573-751-5874 • oralhealth@health.mo.gov
[OralHealth.Mo.Gov](https://www.OralHealth.Mo.Gov)



MISSOURI DEPARTMENT OF
**HEALTH &
SENIOR SERVICES**

Office of Dental Health